

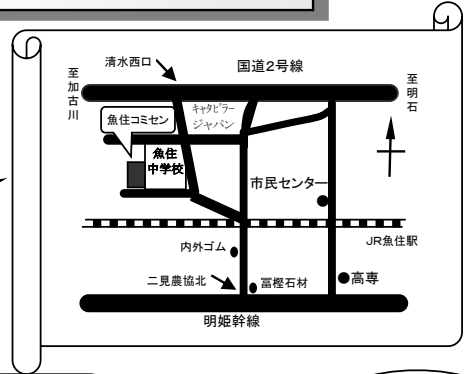


平成30年度 魚住コミセン通信 (後期)

電話 943-0303 休館日 月曜日・祝日

コミセンでは、皆さんに有意義な時間を過ごしていただくために、後期も幅広い年齢層を対象に各種講座を用意いたしました。皆さんのご参加をお待ちしています。

魚住コミセンは、魚住中学校南端にあるプールの所から西へ約200m、南門を入ってすぐの2階建の建物です。



New !

親子で楽しく体操

親子のふれあいを大切にしながら、一緒に運動を楽しみましょう！！

対象 : 1~4歳の子どもと保護者
 定員 : 10組
 参加費 : 無料
 申込み方法 : 9月15日(土)午前9時から魚住コミセンで電話受付



月日	時間	内容	講師
10/4(木)	10:00~11:00	親子体操にチャレンジ!	藤本佳永子
10/11(木)			

ヨガ入門教室

ゆったりとリラックスしながら、ヨガを楽しんでみませんか♪

定員 : 20名
 参加費 : 無料
 申込み方法 : 9月15日(土)午前9時から魚住コミセンで電話受付



月日	時間	内容	講師
10/9(火)	10:00~11:30	ヨガ入門	松井 暢子
10/23(火)			

いきいき手芸教室

コーンの粘土を使って、えとかざりを作ります。

定員 : 20名
 材料費 : 500円
 申込み方法 : 11月15日(木)午前9時から魚住コミセンで電話受付



月日	時間	内容	講師
12/8(土)	10:00~12:00	えとづくり	山下加代子

天然酵母パン教室

天然酵母のパン作りにチャレンジ！！

定員 : 24名
 材料費 : 1,000円×2回
 申込み方法 : 11月15日(木)午前9時から魚住コミセンで電話受付



月日	時間	内容	講師
12/11(火)	10:00~12:30	レンコンのタルティーヌ他	盛本 さとみ
2/12(火)		春キャベツのフーガス他	

市民講座

New !

皮から作る「水ぎょうざ」教室

水ぎょうざの本場、中国東北地方出身の吉原先生が皮の作り方から丁寧に指導。作りたての水ぎょうざを食べたい方、水ぎょうざを通して中国文化に触れたい方、ぜひこの機会を逃さず、ご参加ください！！

定員 : 21名
 材料費 : 1,000円
 申込み方法 : 10月16日(火)午前9時から魚住コミセンで電話受付



月日	時間	内容	講師
11/13(火)	10:00~13:00	水ぎょうざ、干し豆腐を使ったサラダ、トマトスープ	吉原 学軍

季節のおもてなし料理教室

家庭で簡単にできる簡単テーブルコーディネートも習えます♪

定員 : 15名
 材料費 : 1,000円×3回
 申込み方法 : 10月2日(火)午前9時から魚住コミセンで電話受付



月日	時間	内容	講師
10/23(火)	10:00~13:00	秋の風情を食卓に表現 おしゃれなミニ懐石風な献立♪	フード コーディネーター 高橋 民子
12/4(火)		年末年始のおもてなし料理	
2/5(火)		春のお祝いメニュー	

お菓子作り教室

秋を感じる美味しいお菓子作りにチャレンジしてみませんか♪

定員 : 18名
 材料費 : 1,000円×2回
 申込み方法 : 11月1日(木)午前9時から魚住コミセンで電話受付



月日	時間	内容	講師
11/20(火)	9:30~12:00	ほうじ茶ラテババロア	硯 智美
1/29(火)		黒ごまのフィナンシェ	



コミセンまつり



恒例の『魚住コミセンまつり』を今年は11月11日(日)に行います。舞台発表・作品展示・出店・おたのしみくじなど コミセンで活動しているみんなと地域の皆様とが一緒に楽しみ交流できるように準備をすすめています。たくさんの方のご来場をお待ちしております。

高齢者大学

高齢者大学では、市内13コミセン共通カリキュラムとして「市の施策を学ぶ講座」と「地域を学び、地域と連携する講座」を実施しています。

市の施策を学ぶ講座		講師
第20回：明石の景観資源について(地域の景観発見)	都市総務課	
第24回：支え合いの地域づくり	明石市社会福祉協議会	
地域を学び、地域と連携する講座		講師
第15回：福島の子もたちを招く保養キャンプから感じた原発事故被災地の現状	福島の子もを招きたい！明石プロジェクト 小野 洋	
第25回：地域の魅力再発見 ～まち歩きを楽しむ～	ヘリテージ明石 吉川 悟	

(後 期) 今年度募集済み。来年度申込みは平成31年2月中旬～3月下旬ごろ募集予定。

回	月 日	テーマ	回	月 日	テーマ
15	10月 5日 (金)	福島の子もたちを招く保養キャンプから	24	1月 25日 (金)	支え合いの地域づくり
16	10月 12日 (金)	おかわかめの話	25	2月 1日 (金)	地域の魅力再発見～まち歩きを楽しむ～
17	10月 26日 (金)	オカリナ&ギター	26	2月 8日 (金)	動物園に行きたくなるお話II
18	11月 2日 (金)	楽しく歌おう	27	2月 15日 (金)	笑う顔には必ず福来たる⑦
19	11月 16日 (金)	明石城とその周辺を歩こう	28	3月 1日 (金)	修了式
20	11月 30日 (金)	明石の景観資源について			
21	12月 8日 (土)	プラスの響き			
22	12月 14日 (金)	2018年を振り返って	—	10月 19日 (金)	研修旅行
23	1月 18日 (金)	文化博物館(竹久夢二の魅力)	—	11月 11日 (日)	コミセンまつり

登録サークル紹介

魚住コミセンでは、多くの方がサークルを作って自主的に活動しています。関心のある方は、魚住コミセン(943-0303)までお問い合わせください。

《文化》

No.	団体名	曜日	週	時間	No.	団体名	曜日	週	時間
1	書道部	水	1～3	9:30～11:30	5	陶芸サークル	土	2・4	13:00～16:30
2	魚住編物	木	2・4	10:00～12:00	6	魚住歌謡	土	1～4	13:00～15:30
3	大正琴サークル	木	1・3	13:00～15:00	7	前結び着物着付け	土	1・3	13:00～16:30
4	魚住パソコン	木	1～4	14:00～16:00					

《体育》

No.	団体名	曜日	週	時間	No.	団体名	曜日	週	時間
1	少林寺拳法	火	1～4	19:00～20:30	12	ママさんバレー 山川	木	1～4	18:30～20:30
2	剣道「魚住清心館A」	火	1～4	18:00～20:30	13	空手道 A	金	1～4	19:00～20:30
3	バドミントン フラミンゴ	火	1～4	18:30～20:30	14	Smile (バスケットボール)	金	1～4	18:00～20:30
4	輪投げ	水	1～4	13:00～16:00	15	CLUB STARS (バスケットボール)	金	1～4	18:00～20:30
5	武道研究会 (空手)	水	1～4	19:00～20:30	16	卓球部	土	1～4	9:30～12:00
6	皮バレー 魚住クラブ	水	1～4	18:30～20:30	17	剣道「魚住清心館B」	土	1～4	17:00～20:00
7	Gem Stones (バスケットボール)	水	1～4	18:30～20:30	18	魚住バスケット	土	1～4	18:00～20:30
8	親子体操「たんぽぽ」	木	1～4	10:00～11:00	19	ZERO (バスケットボール)	土	1～4	18:00～20:30
9	空手道 B	木	1～4	19:00～20:30	20	太極拳サークル	日	1～4	9:30～12:00
10	ママさんバレー IZUMI	木	1～4	18:30～20:30	21	魚住合気道 <small>子ども 大人</small>	日	1～4	9:30～10:30 10:30～12:00
11	ママさんバレー WIN	木	1～4	18:30～20:30					

※平成31年3月までの活動予定です。

同好会紹介

現在会員募集中！

No.	団体名	曜日	週	時間	No.	団体名	曜日	週	時間
1	ゴムバンド健康体操	水	1・3	10:00～12:00	2	楽しくうたう会 (童謡・歌謡曲・フォークソングなど)	金	2・4	10:00～12:00